



なぜ、富山ですか？

ニューヨークタイムズ紙の「2025年に行くべき場所52か所」の中に、

富山市が選ばれました。

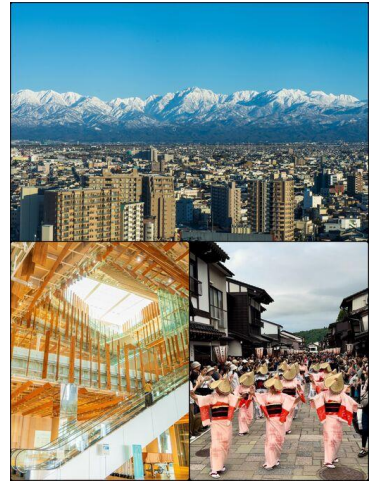
どうしてでしょうか？

1番の理由は、「混雑をさけながら文化的な感動とおいしい料理を、

楽しめる」ことです。

ニューヨークタイムズ紙に紹介されたので、今年は観光客が増えるでしょう。

富山が有名になることを、あなたはどのように思いますか？



～春は花粉症の季節～



日本では春になると、(植物原因の)花粉症になる人が多いです。特に2月

～5月に花粉がたくさん飛びます。くしゃみが出たり、目がかゆくなったり

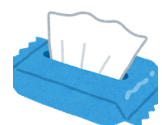
するのでマスクをします。昔、日本では、木材をとるために、スギの木をたくさん植えま

した。それから花粉が飛ぶ季節にアレルギーになる人が増えたのです。

花粉症かもしれないと思ったら、早めに病院へ行きましょう。

外から帰ったら、服をはたいて花粉を落としてから家に入りましょう。

鼻や目を拭くのに、やわらかい保湿ティッシュも売っています。



サイクリングをしませんか？

世界で最も美しい湾クラブに入っている富山湾を見ながらサイクリングしてみませんか？



「富山湾岸サイクリングコース」は、世界に誇れるサイクリングルートとして、2021年5月「ナショナルサイクルルート」に指定されました。美しい海岸線と雄大な立山連峰の景色を眺めながら走る、気持ちの良いコースです。平らで初心者にも走りやすく、グルメや写真撮影も十分に楽しめます。ロードバイクやマウンテンバイクだけ

でなく、シティサイクル（ママチャリ）でもOKです。

コースの途中にはサイクリングを楽しむ人のための休憩所や故障した自転車の修理所もあります。

《富山湾岸サイクリングコース》



途中、公共交通機関を使いたい場合は「あいの風富山鉄道」や富山地方鉄道の一部の駅で自転車を載せることができます。

(有料)



かんたんなサイクリングコースとして富山湾岸・田園コースがあります。

約8 km、最大高低差51mのコースで、海、森、山をつなぎ、富山駅、

富山きときと空港、富山県総合運動公園、富岩運河環水公園などを通ります。

とやまわんがん さ い く り ん ぐ
富山湾岸サイクリング2025

4月20日、海王丸パークをスタートとするサイクリングのイベント、「富山湾岸サイクリング」が開催されます。35km（エンジョイコース）から180kmのコースがあります。（参加有料）



サイクリングは、ウォーキングなどと同じ酸素を使う運動です。身体に大きな負担なく長時間・長距離行なうことができるので、年齢にかかわらずおすすめの運動です。腰回りの筋肉を動かし、腸の動きも活発にし、便秘の解消になります。また腹筋を使ってバランスをとるので体の中心の筋肉の強化にもつながります。

注意：自転車に乗るときは必ずヘルメットをかぶりましょう！また、スマホを見ながらや、お酒を飲んで乗るのは絶対にだめです！

交通違反になります。

交通違反になります。

春はお祭りやイベントがたくさんあります！

たとえば

- ・全日本チンドンコンクール 4/4(金)～4/6(日)
- ・となみチューリップフェア (砺波市) 4/22(火)～5/5(月・祝)
- ・越中八尾曳山祭 5/3 (土・祝) (富山市八尾)
- ・岩瀬曳山車祭 5/17 (土)・18 (日)
- ・山王まつり 5/30 (金)～6/2 (月)



富山観光ナビ



ちゅうがくせい こうこうせい せいふく
中学生と高校生の制服

にほん ちゅうがっこう こうこう しがつ はじ はる あたら せいふく き せいと
 日本の中学校と高校は4月から始まるので、春になると、新しい制服を着た生徒
 をたくさん見かけます。

にほん まいにち ちゅうがっこう こうこう せいと
 日本では毎日、ほとんどの中学校と高校の生徒は、
 せいふく き がっこう い だんしせいと せいふく だいたい
 制服を着て学校へ行きます。男子生徒の制服は、大体、
 がくらん すぼん じょしせいと せーらーふく すかーと
 学ランとズボンで、女子生徒はセーラー服とスカートで
 す。なつ だんし かつたーしゃつ じょし ぶらうす
 す。夏には、男子はカッターシャツ、女子はブラウスを
 き
 着ます。



がくらん
 <学ラン>
 すぼん
 <ズボン>



せーらーふく
 <セーラー服>
 すかーと
 <スカート>



ぶれざー
 <ブレザー>
 すかーと
 <スカート>

ぶれざー
 <ブレザー>
 すぼん
 <ズボン>

こうこうせい だんしせいと ぶれざー すぼん じょし
 高校生になると、男子生徒はブレザーとズボン、女子
 せいと ぶれざー すかーと がっこう がっこう
 生徒はブレザーとスカートの学校があります。学校によっ
 て、せいふく でざいん いろ ちが す せいふく
 制服のデザインや色が違うので、好きな制服がある
 こうこう い かんが ひと さいきん せいべつ かんけい
 高校へ行きたいと考える人もいます。最近では、性別に関係
 なくせいふく えら こと ずぼん じょしせいと
 なく制服を選ぶ事ができるので、ズボンをはく女子生徒も
 います。

せいふく さんまんえん ごまんえん せいと さんねんかん おな せいふく き
 制服は3万円～5万円です。ほとんどの生徒は、3年間、同じ制服を着ますが、
 せ のび ふと あたら せいふく か せいふく ねだん
 背が伸びたり太ったりすると、新しい制服を買わなければなりません。制服の値段
 たか そつぎょうせい せいふく りゆうーす はんばい みせ
 は高いので、卒業生の制服をリユース※して販売する店もあります。

※ そつぎょう てんこう ふよう せいふく かいしゅう
 ※ 卒業や転校などで不要になった制服を回収します。

富山市民国際交流協会 広報・組織強化委員会
 〒930-0002
 富山市新富町一丁目2番3号
 Tel: 076-444-0642 E-mail: info@tca-toyama.jp



ともだちとうろく
 LINE お友達登録
 してね!

